Después de cada párrafo original en inglés encontrará la traducción libre al español, en negrita.

Noticias sobre el cáncer,

del Hospital John Hopkins (de los E.U.A)

1. Every person has cancer cells in the body. These cancer cells do not show up in the standard tests until they have multiplied to a few billion. When doctors tell cancer patients that there are no more cancer cells in their bodies after treatment, it just means the tests are unable to detect the cancer cells because they have not reached the detectable size.

1. Todos tenemos células cancerigenas. Estas células no aparecen en análisis estándares hasta que las mismas se han multiplicado por miles de millones. Cuando un médico le dice a un paciente de cáncer que no tiene más células cancerígenas en su cuerpo luego de un tratamiento, significa que el examen ya no detecta las células cancerigenas, porque la cantidad de ellas en el cuerpo no alcanzan la cantidad necesaria para ser detectadas en el análisis normal.

2. Cancer cells occur between 6 to more than 10 times in a person's lifetime.

2. Las células cancerigenas aparecen de 6 a 10 veces en la vida de una persona.

3. When the person's immune system is strong the cancer cells will be destroyed and prevented from multiplying and forming tumors.

3. Cuando el sistema inmune de una persona es suficientemente fuerte, las células cancerigenas son destruidas por éste y se evita su multiplicación para formar un tumor.

4. When a person has cancer it indicates the person has multiple nutritional deficiencies. These could be due to genetic, environmental, food and lifestyle factors.

4. Cuando una persona tiene cáncer, esto indica que esa persona tiene deficiencias nutricionales múltiples. Estas podrían ser genéticas, ambientales, por alimentos o por factores de estilo de vida.

5. To overcome the multiple nutritional deficiencies, changing diet and including supplements will strengthen the immune system.

5. Para solucionar las deficiencias nutricionales múltiples y fortalecer el sistema inmune, se recomienda un cambio en la dieta, incluyendo suplementos.

6. Chemotherapy involves poisoning the rapidly-growing cancer cells and also destroys rapidly-growing healthy cells in the bone marrow, gastro-intestinal tract etc, and can cause organ damage, like liver, kidneys, heart, lungs etc.

6. La quimioterapia implica el envenenamiento de las células cancerigenas de rápido crecimiento, pero a la vez destruye células buenas en el sistema óseo, en el tracto intestinal, etc. y pueden causar daños en órganos, tales como el hígado, riñones, corazón, pulmones, etc.

7. Radiation while destroying cancer cells also burns, scars and damages healthy cells, tissues and organs.

7. Mientras la radiación destruye las células cancerigenas, también quema y daña las células saludables, los tejidos y los órganos.

8. Initial treatment with chemotherapy and radiation will often reduce tumor size. However prolonged use of chemotherapy and radiation do not result in more tumor destruction.

8. El tratamiento inicial con quimioterapia y radiación a menudo reduce el tamaño del tumor. Sin embargo, el uso prolongado de quimioterapia y radiación no conduce a la destrucción de más tumores.

9. When the body has too much toxic burden from chemotherapy and radiation, the immune system is either compromised or destroyed; hence the person can succumb to various kinds of infections and complications.

9. Cuando el cuerpo tiene demasiada carga tóxica, debido a la quimioterapia y la radiación, el sistema inmune está débil o destruido; entonces la persona puede sufrir de varias clases de infecciones y complicaciones.

10. Chemotherapy and radiation can cause cancer cells to mutate and become resistant and difficult to destroy. Surgery can also cause cancer cells to spread to other sites.

10. La quimioterapia y la radiación pueden provocar mutación en las células cancerigenas y pueden hacerse resistentes y también de difícil destrucción. La cirugía también puede provocar que las células cancerígenas se dispersen a otros lugares del cuerpo.

11. An effective way to battle cancer is to starve the cancer cells by not feeding them with the foods they need to multiply.

11. Una forma efectiva de combatir el cáncer es no alimentar las células cancerígenas con alimentos que las estimulen a multiplicarse, y así dejarlas morir de hambre.

CANCER CELLS FEED ON:

Las células cancerígenas se alimentan de:

A. Sugar is a cancer-feeder. By cutting off sugar it cuts off one important food supply to the cancer cells. Sugar substitutes like: NutraSweet, Equal, Spoonful, etc are made with Aspartame and it is harmful. A better natural substitute would be Manuka honey or molasses but only in very small amounts. Table salt has a chemical added to make it white in color. Better alternative is Bragg's aminos or sea salt.

A. El azúcar es un alimento estimulante del cáncer. Al eliminar el azúcar de nuestra alimentación se elimina un alimento que fortalece la proliferación de células cancerigenas. Los sustitutos del azúcar, tales como: Nutra Sweet, Equal, Spoonful, etc, son fabricados con Aspartame y éste es dañino. Un mejor sustituto del azúcar es la miel de abeja y la melaza, pero siempre en pequeñas cantidades. A la sal de mesa se le añade un químico para volverla blanca, y éste es estimulante de células cancerigenas. La mejor alternativa es la sal marina ó aminoácidos Bragg.

B. Milk causes the body to produce mucus, especially in the gastro-intestinal tract. Cancer feeds on mucus. By cutting off milk and substituting with unsweetened Soya milk cancer cells are being starved.

B. La leche produce en el cuerpo flemas, especialmente en el tracto gastro-intestinal. El cáncer se alimenta de flemas. Al eliminar la leche y sustituirla con leche de soja sin azúcar, las células cancerigenas son privadas de su alimento y mueren.

C. Cancer cells thrive in an acid environment. A meat-based diet is acidic and it is best to eat fish, and a little chicken rather than beef or pork. Meat also contains livestock antibiotics, growth hormones and parasites, which are all harmful, especially to people with cancer.

C. Las células cancerigenas se desenvuelven en un ambiente ácido. Una dieta estructurada a base de carnes rojas es ácida, por lo tanto es preferible ingerir pescado y carnes blancas (pollos) en lugar de carne de res o de cerdo. La carne roja también contiene antibióticos para el ganado, hormonas del crecimiento y parásitos, todos ellos son dañinos, especialmente a personas con cáncer.

D. A diet made of 80% fresh vegetables and juice, whole grains, seeds, nuts and a little fruits help put the body into an alkaline environment. About 20% can be from cooked food including beans. Fresh vegetable juices provide live enzymes that are easily absorbed and reach down to cellular levels within 15 minutes to nourish and enhance growth of healthy cells. To obtain live enzymes for building healthy cells try and drink fresh vegetable juice (most vegetables including bean sprouts) and eat some raw vegetables 2 or 3 times a day. Enzymes are destroyed at temperatures of 104 degrees F (40º C).

D. Una dieta elaborada con un 80% de vegetales frescos y zumos, granos, semillas, nueces y un poco de frutas estimula a crear un ambiente alcalino. El restante 20% de la alimentación se puede proveer de alimentos cocidos, incluyendo granos. El zumo de vegetales frescos provee enzimas vivas que son fácilmente absorbidas, penetrando al nivel celular en 15 minutos, alimentando y estimulando el desarrollo de células sanas y saludables. Beba zumo de vegetales frescos (incluyendo habichuelas y judías jóvenes) para conseguir enzimas vivas que contribuyan a desarrollar células saludables, además ingiera vegetales 2 o 3 veces al día. Las enzimas se destruyen a temperaturas de 40º C (104º F), por lo tanto cocine sus vegetales a temperaturas inferiores a 40º C.

E. Avoid coffee, tea, and chocolate, which have high caffeine. Green tea is a better alternative and has cancer-fighting properties. Water-best to drink purified water, or filtered, to avoid known toxins and heavy metals in tap water. Distilled water is acidic, avoid it.

E. Elimine el café, té y chocolate pues tienen cafeína. El té verde es una mejor alternativa y posee propiedades que combaten el cáncer. Lo mejor para beber es el agua purificada o filtrada, para evitar las toxinas y los metales pesados en el agua. El agua destilada es ácida, por lo tanto evítela.

F. Meat protein is difficult to digest and requires a lot of digestive enzymes. Undigested meat remaining in the intestines becomes putrefied and leads to more toxic buildup.

F. La proteína cárnica es difícil de digerir y requiere de muchas enzimas digestivas. Los cárnicos no digeridos permanecen en el intestino, transformándose en sustancias putrefactas, lo cual produce más toxinas.

G. Cancer cell walls have a tough protein covering. By refraining from or eating less meat it frees more enzymes to attack the protein walls of cancer cells and allows the body's killer cells to destroy the cancer cells.

G. La pared de las células cancerigenas tienen una dura capa de proteína. Al reducir la ingesta de cárnicos quedan libres más enzimas para atacar la pared exterior de las células enfermas, lo cual permite destruir un mayor número de células cancerígenas.

H. Some supplements build up the immune system (IP6, Flor-essence, Essiac, anti-oxidants, vitamins, minerals, EFAs etc.) to enable the body's own killer cells to destroy cancer cells. Other supplements like vitamin E are known to cause apoptosis, or programmed cell death, the body's normal method of disposing of damaged, unwanted, or unneeded cells.

H. Algunos suplementos alimenticios ayudan a construir el sistema inmune (antioxidantes, vitaminas, minerales, ácidos esenciales, etc.) lo cual contribuye a que el propio organismo genere células que destruyen las células con cáncer. Otros suplementos alimenticios, como la vitamina E, causan apóptosis o muerte programada de células, que es el método normal del cuerpo de desechar células dañadas, no deseadas o innecesarias.

I. Cancer is a disease of the mind, body, and spirit. A proactive and positive spirit will help the cancer warrior be a survivor. Anger, unforgiveness and bitterness put the body into a stressful and acidic environment. Learn to have a loving and forgiving spirit. Learn to relax and enjoy life.

I. El cáncer es una enfermedad de la mente, del cuerpo y del espíritu. Una actitud pro activa y un espíritu positivo, indudablemente ayudan a sobrevivir a una persona con cáncer. La ira, la soledad y la tristeza provocan estrés y un fuerte ambiente ácido al organismo. Aprender a tener un espíritu lleno de amor y perdón contribuirá a mejorar las condiciones de cáncer. Aprenda a relajarse y a disfrutar de la vida.

J. Cancer cells cannot thrive in an oxygenated environment. Exercising daily and deep breathing help to get more oxygen down to the cellular level. Oxygen therapy is another means employed to destroy cancer cells.

J. Las células cancerigenas no pueden operar en un ambiente oxigenado por lo tanto se recomienda hacer ejercicios y

respiraciones profundas diariamente, contribuyendo a que las células reciban más oxígeno. La terapia con oxígeno es otra forma empleada para destruir las células cancerigenas.

(PLEASE FORWARD IT TO PEOPLE YOU CARE ABOUT)

(POR FAVOR ENVÍELE ESTA INFORMACIÓN A LAS PERSONAS QUE USTED APRECIA.)

CANCER UPDATE FROM JOHN HOPKINS HOSPITAL, U S - PLEASE READ.

ACTUALIZACIÓN SOBRE EL CÁNCER - DEL HOSPITAL JOHN HOPKINS, EEUU – POR FAVOR LÉALO.

1. No plastic containers in micro.

1. No utilice envases plásticos en el microondas.

2. No water bottles in freezer.

2. No ponga botellas plásticas con agua en el congelador.

3. No plastic wrap in microwave.

3. No utilice envoltura de plástico el microondas

OTHERS POINTS

Otros Puntos

A. John Hopkins has recently sent this out in its newsletters. This information is being circulated at Walter Reed Army Medical Center as well. Dioxin chemicals cause cancer, especially breast cancer. Dioxins are highly poisonous to the cells of our bodies. Don't freeze your plastic bottles with water in them as they release dioxins from the plastic. Recently, Dr. Edward Fujimoto, Wellness Program Manager at Castle Hospital, was on a TV program to explain this health hazard. He

talked about dioxins and how bad they are for us. He said that we should not be heating our food in the microwave using plastic containers. This especially applies to foods that contain fat. He said that the combination of fat, high heat, and plastics releases dioxin into the food and ultimately into the cells of the body. Instead, he recommends using glass, such as Corning Ware, Pyrex or ceramic containers for heating food. You get the same results, only without the dioxin. So such things as TV dinners, instant ramen and soups, etc., should be removed from the container and heated in something else. Paper isn't bad but you don't know what is in the paper. It's just safer to use tempered glass, Corning Ware, etc. He reminded us that a while ago some of the fast food restaurants moved away from the foam containers to paper. The dioxin problem is one of the reasons.

A. El Hospital John Hopkins recientemente emitió este boletín informativo. Esta información también fue enviada a lectores del Centro Medico del Ejercito de los EE.UU Walter Reed. El químico Dioxina produce cáncer, especialmente cáncer de mama. La Dioxina es un agresivo veneno para las células de nuestro cuerpo. No congele agua en botella plástica, esto libera dioxinas del plástico. Recientemente, el Dr. Edward Fujimoto, Gerente del Programa de Salud del Hospital Castle, estuvo en un programa de TV explicando los riesgos en la salud. Explicó sobre la dioxina y cuán peligroso es para nosotros. Dijo que no deberíamos calentar nuestros alimentos en el microondas en envases plásticos. Esta sugerencia aplica especialmente para alimentos que contengan grasas. Dijo que la combinación de grasas, calor intenso y envases de plástico liberan la dioxina hacia el alimento, lo cual finalmente llega a las células del organismo al ingerirlos. En lugar del plástico, el Dr Fujimoto recomienda, para cocer los alimentos, utilizar vidrio, como los envases en Corning Ware, Pyrex o cerámicos. Se consiguen los mismos resultados de cocción, pero sin dioxina. Los alimentos precocidos que se venden en los supermercados (como las sopas instantáneas ramen) se deben cambiar de sus envases plásticos a otros envases como los aquí mencionados. El papel para resguardar los alimentos calentados no es tan malo, pero usted no sabe de qué materiales está hecho el papel. Es mas seguro utilizar envases de vidrio, Corning Ware, etc. El Dr. Fujimoto recordó que hace un tiempo los restaurantes de comida rápida prescindieron de envases de espuma (foam) y pasaron a envases de papel para conservar los alimentos calientes. El problema de la dioxina fue una de las razones.

B. Also, he pointed out that plastic wrap, such as Saran, is just as dangerous when placed over foods to be cooked in the microwave. As the food is nuked, the high heat causes poisonous toxins to actually melt out of the plastic wrap and drip into the food. Cover food with a paper towel instead.

B. El doctor también explicó que las envolturas plásticas -como la resina termo-plástica- es muy peligrosa cuando se utiliza en alimentos que se cocinan en microondas. Las toxinas del envase de plástico se mezclan con el alimento debido a las altas temperaturas durante el proceso de cocción en el microondas. Es mejor envolver los alimentos con papel toalla.

This is an article that should be sent to anyone important in your life.

Esta información debería enviarla a las personas importantes en su vida.